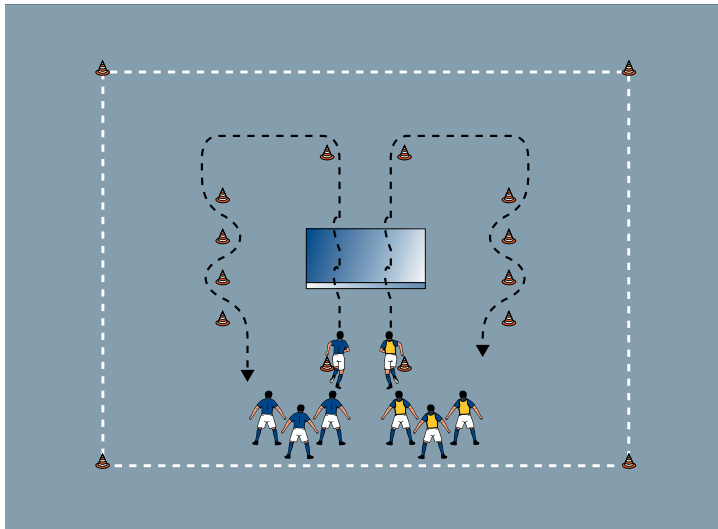


THEMA: DIE WEICHBODENMATTE ALS TRAININGSGERÄT



SPIEL 2:

SCHNELLSCHWIMMEN

ORGANISATION

- ▶ In etwa 3 Meter vor und hinter der Matte je zwei Hütchen platzieren
- ▶ Neben der Matte je vier Hütchen in Reihe platzieren
- ▶ Reihen an den Starthütchen bilden

ABLAUF

- ▶ Die Haie schwimmen um die Wette. Sie wollen wissen, wer der schnellste ist.
- ▶ Die Kinder laufen über die Matte, um das Wendehütchen und durch den Hütchenstalom.

VARIATIONEN

- ▶ Einen Staffelwettbewerb durchführen.
- ▶ Über die Matte rollen.
- ▶ Mit beiden Beinen über die Hütchen springen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Schnelligkeit wird verbessert.
- ▶ Stalom und weicher Boden schulen die Laufgeschicklichkeit.
- ▶ Bei großen Gruppen zwei Matten und vier Hütchenreihen verwenden.